

# hirosaki

「話題」と「笑顔」を届ける総合情報誌 広報ひろさき

2015  
1/1  
No.213



ステキな出会い、  
探しませんか





New Year's greetings

# 新年のごあいさつ



「オール弘前」で「地方創生」を

市 長 葛西 憲之



謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

昨年は、一部で雹（ひょう）害等の被害はありましたが、一昨年と比較して大きな自然災害に見舞われることもなく、多くの市民の皆様におかれましては、安心して穏やかな新年をお迎えのことと思います。

当市は昨年５月に「弘前市経営計画」を策定し、20年後の将来都市像である「子どもたちの笑顔あふれるまち弘前」の実現に向けて動き出しております。

現在、人口減少・超少子高齢化といった課題に対し、地域が自律的に持続可能な社会を作り出すという「地方創生」が求められております。当市はこの人口減少を「弘前市経営計画」における最重要課題として捉え、「地方創生」の全国モデルとなるよう、市民の力と知恵を結集して「オール弘前」体制で取り組みを加速していきたいと考えております。

100年に一度の大工事となる弘前城本丸石垣修理事業では、今年の夏、いよいよ天守の曳屋（ひきや）が行われます。石垣修理は、史跡弘前城跡を保護し後世に継承するための事業であります。同時に、弘前を知ってもらう絶好の機会と捉え、観光PRやシティブロモーションを積極的に行ってまいります。また、プロ野球誘致や吉野町緑地の利活用など、地域資源を生かした夢のある取り組みを強化し、これからも歴史と伝統を大切にしながら、外部環境の変化に対応し、しっかりとした地域経営を進め、持続的発展を目指してまいります。

子どもたちの笑い声が響きわたり、市民が笑顔で毎日楽しく過ごせるよう、全力を尽くしてまいりますので、市民の皆様には、一層のご支援とご協力をお願い申し上げますとともに、本年が明るく希望に満ちた年となりますことを心からお祈り申し上げまして、新年のご挨拶といたします。

年頭にあたって

市議会議長 田中 元



あけましておめでとうございます。

平成27年初春にあたり、市民の皆様には、気持ちを新たにして、お過ごしのこととお喜び申し上げます。

21世紀に入りましてから15回目の新年を迎え、津軽富士岩木山はいつもと変わらぬ姿のままですが、過去には大自然の力によって幾度となくその姿形を変えながら人々の暮らしを見守ってきたのであります。その強大な力を目の当たりにしたのは、昨年9月27日の御嶽山の突然の噴火で、山の近くで生活する我々にとっては、他人事とは思えない出来事でありました。活火山である岩木山に対しては、関係者が一丸となって対策を講じていくことはもちろんですが、山に入る際には、自分のことは自分で守るための術を身に付けることの大切さを改めて考えさせられました。

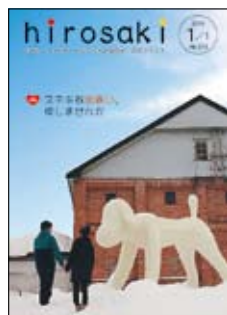
津軽の人間にとって、岩木山はふるさとそのものであり、その姿を美しいと感じるのでありますが、「美」という漢字には今年の干支である羊が含まれております。美は、「羊」と「大」を組み合わせたもので、大きく育った黄金色の羊の美しさが語源と言われております。その羊が大勢で暮らす群れが持つイメージ「家族の安泰やいつまでも平和な暮らし」にあやかり、今年も自然災害などに遭うことなく、穏やかな一年となりますことを願っております。

市議会といたしましても、目まぐるしく変わる社会情勢に素早く対応できるよう、自らの役目をしっかりと果たし、市が実施する各種施策に対して、後押ししてまいりたいと考えております。

最後になりますが、この一年、皆様にとりまして幸多き健やかな年でありますようお願い申し上げます。年頭のご挨拶といたします。



02	新年のごあいさつ
04	目次 特集
	ステキな出会い、 探しませんか
	新春特別企画
08	スケルトンパズルで福袋
10	市政情報
	◆ひろさき便利まっぷ ◆市民税・県民税の申告 ほか
	弘前城石垣修理
15	第6回～石垣修理発掘調査～ フォトコレ in ひろさき
16	エレクトリカルファンタジー ステンドグラス除幕式
	学生企画コーナー
17	もっと②♥弘前!!
18	暮らしの information イベント、教室など
26	Health Information 健康の掲示板 健幸ひろさきマイレージ制度 読者のひろば
28	smile 通信 弘前図書館近着図書紹介 食改さんおすすめレシピ さらっと一句・川柳



## 【今号の表紙】 恋人の聖地

全国各地のプロポーズにふさわしい場所「恋人の聖地」に選ばれた「吉野緑地」。日本の現代美術を代表する奈良美智さんの作品「A to Z Memorial Dog」が、これから始まる多くの恋人たちのドラマを温かく見守っています。

## 特集 ステキな出会い、 探しませんか



当市では、結婚に向けた恋愛を希望する男女にすてきな出会いを見つけてもらうため、「ひろさき出愛サポートセンター」を設立しました。

出会いのきっかけのひとつとして、会員登録をしてみませんか。また、会員をサポートする出愛サポーターも併せて募集しています。

■問い合わせ・申込先 ひろさき出愛サポートセンター事務局（行政経営課内、☎ 35・1123、Eメール gyoseikeiei@city.hirosaki.lg.jp）

## 入会できる人

### ①会員

結婚を希望する満20歳以上の独身者で、弘前市在住または結婚後弘前市に住む意思のある人

### ②出愛サポーター

満20歳以上の青森県在住者で、結婚を望む独身男女の相談や、お見合いの仲介役などをボランティアで行

う、明るく元気でやる気のある人

### ③団体サポーター

本事業に賛同し、社員などに本事業の周知を図るほか、会員や出愛サポーターとなった社員などに対して、積極的な活動ができるような環境づくりを行う団体

### ④協賛団体

本事業に賛同し、本事業のお見合い支援や、その他アイデアあふれる関連事業を行う団体

## 登録方法（登録料・年会費は無料）

### ①個人会員・出愛サポーター

登録希望日の3日前（3日前が祝・休日および年末年始の場合はその前の平日）の午後5時までに、電話かEメールで予約の上、お越しく下さい（登録手続きは本人に限ります）。

### ②団体サポーター・協賛団体

必要書類を記入の上、持参、Eメールもしくは郵送で

恋の始まりには、たくさんの形があります。  
あてきな縁がどこかで見つかるはず。  
さあ、一歩踏み出してみませんか。

提出してください。

※登録に必要な書類などについては、市ホームページをご覧ください。  
※登録に必要な書類などについては、市ホームページをご覧ください。なお、会員のプロフィールをまとめたプロフィール帳は、会員・出愛サポーターのみ閲覧可能です。複製は作成せず、管理を徹底していますので、安心して登録してください

## 休日登録会を開催します

▽とき 1月12日（月・祝）、2月8日（日）、3月8日（日）の午前10時～午後6時

▽ところ ヒロロ（駅前町）3階多世代交流室B

※休日登録会は事前の予約が不要です。



# あなたの出会い、市が応援します

「出会いがない」「どのように異性に声をかけたらいいのか…」と悩む人が増えています。

異性と交際したいという気持ちはあるけれど、そのきっかけをつかめない人に、出会いの機会を作る・提供することで、結婚に対する意識を高めてもらい、婚姻者数の増加につなげることを目的に、市では昨年10月、「ひろさき出愛サポートセンター」を立ち上げました。

## 未婚の男女が増えています

なぜ市が独身者の出会いをサポートするのか？平成25年度の厚生労働白書によると、25歳時点での

1980年（昭和55年）と2010年（平成22年）の女性の未婚率を比較すると、41.0%から74.6%へと33.6ポイント上昇しています。未婚率がこのまま増加し続けると、少子高齢化、人口減少はいっそう加速し、地域の衰退の要因となります。そのような事態を避けることは、行政の重要な役割なのです。

## たくさんの出会いを

一方で、結婚に対する考えや価値観は人それぞれ違うものです。「今すぐにでも結婚をしたい」という人だけでなく、「恋愛を楽しみたい」「近い将来の結婚を視野に入れたお付き

合いをしたい」という人など幅広く集まってもらうことで、堅苦しくなく、たくさんの出会いに溢れることを期待しています。

## みんなで出会いの機会を作る

すてきな出会いを増やすためには、人とのつながり、地域との関わりが必要不可欠であり、みんなでその機会を作ることが大切です。当センターでは、出会いを求める男女会員のみなならず、それをサポートする「出愛サポーター」、「団体サポーター」、「協賛団体」も募集しています。地域ぐるみでこの結婚支援に取り組む、盛り上げて行きましょう。



## ～出会いの流れ～

### ①会員が自ら会ってみたい人を探る場合

会員がプロフィール帳から会ってみたい人を発見！

事務局が相性のよさそうな出愛サポーターを探す。

出愛サポーターがサポートすることを承諾！サポーターになったことを会員へ連絡。

出愛サポーターがお相手に、お見合いをするかどうか、確認。

双方が希望した場合、連絡を取り合い、再会！

会員とお相手、出愛サポーターがお見合いの日程を調整。

会員とお相手、出愛サポーターがお見合いを実施！

### ②出愛サポーターが引き合わせる場合

出愛サポーターがプロフィール帳を閲覧し、引き合わせたい会員・非会員を発見！双方へ連絡。

会員がサポーターから話を聞いて、互いに会うことを希望したら、お見合いを実施！

## 自分の新たな一面を引き出すチャンス

学生時代はさまざまなコミュニティがあつていろいろな人との関わりが持てましたが、大人になると家と会社の往復で、出会いのチャンスが見つからないという人が多いのではないかと感じています。この出愛サポートセンターでの出会いを、友達の紹介のような感覚、きっかけの1つとしてとらえてもらい、たくさんの人に幸せをつかんでほしいです。

合コンや街コンなどでうまく自分を表現できない人でも、この取り組みを活用すれば、違った一面が見つかるかもしれません。一歩踏み出したいけれど勇気が出ない人は、ぜひ友達や家族などと一緒にお願いします！



市行政経営課  
出愛サポートセンター事務局  
竹内 瑛子さん

# 農業者も出会いたい！！



毎日、自然を相手に一生懸命働いている男性や、汗を流し、おいしい野菜や果物を作っている女性。市農業委員会では、そんなすてきな独身農業者の出会いをサポートしています。

## 青年交流会の着実な実績

平成3年に設立した「弘前市青年交流会実行委員会」は、市内の独身農業者が自ら実行委員となり、毎年交流会を開催しています。

果物狩りなどの体験型イベントや、食事を囲みながらのトークパーティーなど、一度に大勢の人と出会うだけでなく、気軽に参加できるのも魅力です。

毎回カップルが成立し、最近では平成24年2月に開催した交流会で出会った2人が、平成26年4月に結婚したという報告もあります。

## さらなる発展と盛り上がりを

パーティーなどの大勢の中では自分をうまく出せないまま終わってしまうという人でも、1対1でゆっくり相手と話せるように、お見合い形式での出会いの場を提供する「独身

農業者縁結び事業」を平成25年度から開始しました。

結婚活動をボランティアで支援する「婚活サポーター」がおせっかい屋さんとなり、会員の結婚相談やお見合いの仲介などを行っています。これまでにお見合いを11件実施し、結婚間近のカップルもいます。



## 家族の輪・人とのつながりを大切に

自分の周りに独身者がいることに対して「何とかしなくちゃ」と思い、平成25年8月から婚活サポーターをはじめました。相手があることなので思うようにいかないこともあります。会員や結婚を望んでいる人の気持ちを第一に考えてがんばっています。

現在、「結婚しなくても1人で生きていける」と考える人もいますが、私は「家族の輪や人とのつながりの輪が大事」だと思っています。収穫した旬の野菜を食べたり、果物を使ってケーキを作ったりと、農業を通しての出会いやつながりで、農業の素晴らしさも同時に感じ取ってもらえればうれしいです。そして家族となって輪を広げられればと。

独身農業者縁結び事業では、私たちサポーターが気軽にあなたの相談を受けるので、ぜひ会員登録して、良い出会いの場を見つけましょう。メールの仕方やデートの場所もしっかりサポートしますよ。



独身農業者縁結び事業  
婚活サポーター  
小山内 美喜子さん

募集してるよ！  
【青年交流会実行委員】弘前市に居住するおおむね20歳～45歳の独身農業者または農業後継者  
【独身農業者縁結び事業】真剣に結婚を望む20歳以上で、次のいずれかに該当する独身者  
①弘前市に居住する農業者／②結婚後、弘前市に住める人、住みたい人  
■問い合わせ・申込先 農業委員会事務局（☎40・7104）

## 弘前市青年交流会婚活パーティー～Dolce de Ti amo（ドルチェでティアモ）～

▽とき 1月31日（土）、午後7時～10時  
▽ところ 弘前パークホテル（土手町）13階「ステラ」  
▽内容 市内のいろいろな洋菓子店から取り寄せた盛りだくさんのスイーツをはじめ、カクテルや食事をしみながらの交流パーティー  
▽対象 20歳～おおむね50歳の独身男女（男性は市内に居住する農業青年で、スーツでの参加を）  
▽定員 男女各20人  
▽参加料 男性＝4,000円／女性＝2,000円  
▽申し込み締切 1月21日（水）  
■問い合わせ・申込先 農業委員会事務局（☎40・7104）





新春特別企画

# スケルトンパズルで 福袋を当てよう！

ひろさき福袋の中  
身は特産品の詰め  
合わせセットで  
す。何が入ってい  
るかはお楽しみ！

福袋

## リスト

### ◆2文字◆

ウメ  
エキ  
タラ  
ユキ

### ◆3文字◆

オシラ(※1)  
カシス  
サクラ  
ネブタ  
ヒキヤ(曳屋)  
マツチ(真土)  
モミジ  
ライト

### ◆4文字◆

アオゾラ  
イシガキ  
(石垣)  
カジマチ  
(鍛冶町)  
シソヌ  
(※2)  
センテイ  
(剪定)

### ◆5文字◆

キンメダル  
ツルノマツ  
(鶴の松)  
ヒガシモン  
(東門)

### ◆6文字◆

ブトクデン  
(武徳殿)  
ユメアカリ  
カンヒザクラ  
(寒緋桜)  
シミンヒロバ  
(市民広場)  
タツミヤグラ  
(辰巳櫓)  
ツガルノヒト

### ◆9文字◆

カランカランアイス  
ユキドウロウマツリ  
(雪燈籠まつり)

主に弘前公園に  
関係する言葉を  
使ってるよ！

### 《ポイント》

長い文字から埋めるといいかも。

### ◆7文字◆

カメノコウバシ (亀甲橋)	ツガルヤスチカ (津軽寧親)
シミンカイカン (市民会館)	ヒガシウチモン (東内門)
シュンヨウバシ (春陽橋)	ヒロサキジョウ (弘前城)
スギノオオハシ (杉の大橋)	ミナミウチモン (南内門)
ツガルタメノブ (津軽為信)	ヤエベニシダレ (八重紅枝垂)
ツガルノブヒラ (津軽信枚)	ヨリキバンショ (与力番所)

### ◆11文字◆

レクリエーションヒロバ

### ◆13文字◆

ニホンサイコノソメイヨシノ  
(日本最古の染井吉野)

※1 オシラ(様)…生産の神。久渡寺のオシラ講の習俗は国選択無形民俗文化財。  
※2 シソヌ…お笑い芸人。じろうさん(当市出身)と長谷川忍さんのコンビ。

スケルトンパズルの正解者の中から  
抽選で5名様に、「ひろさき福袋」を  
プレゼントします。

さらに、はずれた人の中から抽選で  
10名様に、「弘前市シティプロモ  
ーション福袋」をプレゼントします。

解き方は簡単。上のリストから、文  
字数などを頼りにマスに文字(カタカ  
ナ)で埋めてください。マスの中に書  
かれているA~Rを順番に並べると質  
問になっていますので、その答えを書  
いて応募してください。

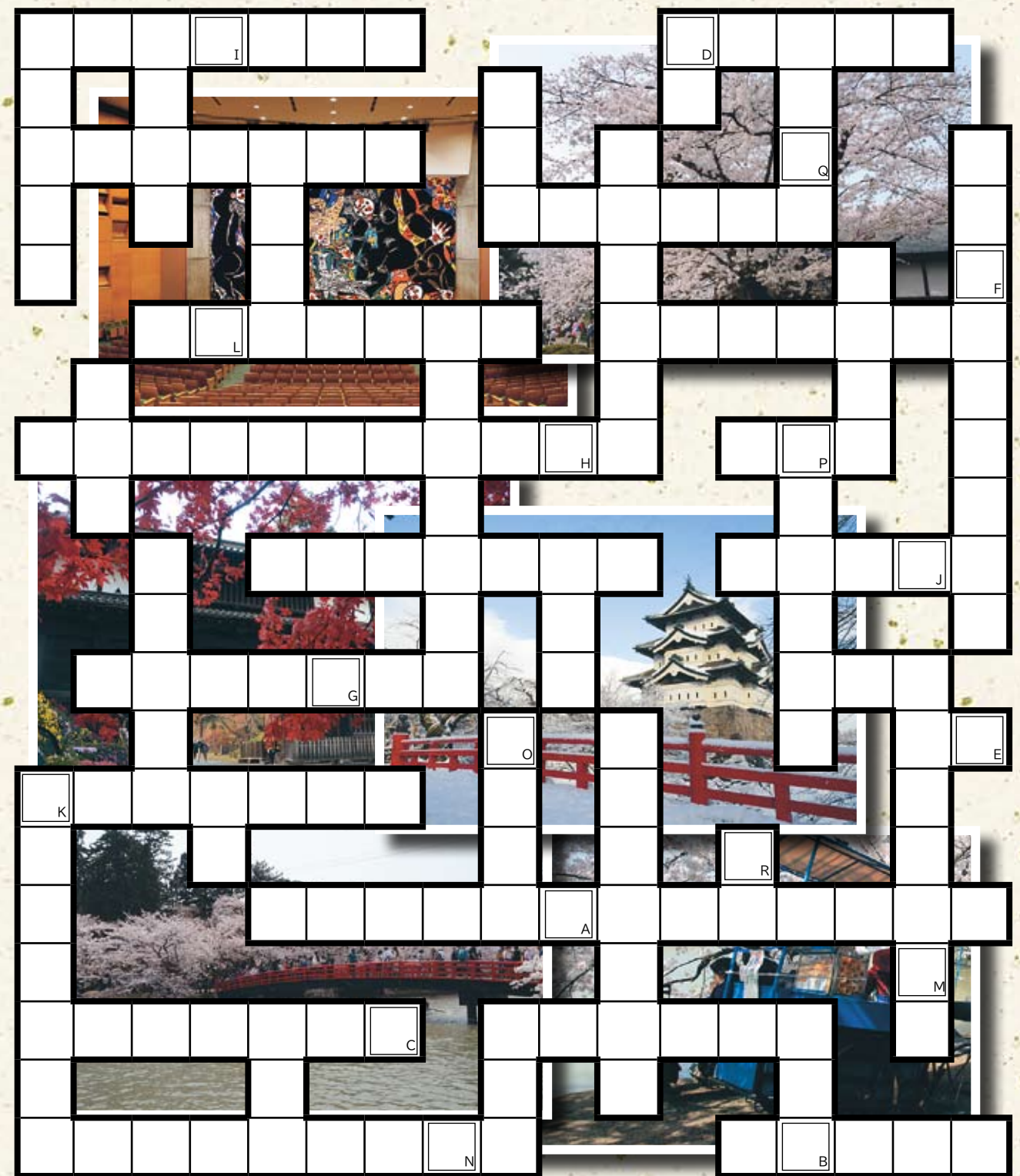
▽応募方法 ①住所、②氏名、③年  
齢、④性別、⑤電話番号、⑥本誌へ  
のご意見・ご感想または、「私がお薦め  
する弘前の食べ物・お店」(一つ挙げ

るとすれば〇〇など、一言で構いま  
せん)、⑦質問の答え、⑧件名「福袋  
プレゼント希望」を記入し、郵送、ファ  
クスまたはEメールで、広聴広報課  
(〒036・8551、上白銀町1の1、☎  
35・1194、ファクス 35・0080、Eメ  
ール kouhou@city.hirosaki.lg.jp)  
へ。

▽応募締切 1月22日(当日消印有効)  
※応募は1人1通までとし、当選者の  
発表はプレゼントの発送をもって代え  
させていただきます。なお、応募に際  
して取得した個人情報、プレゼント  
の発送のみに使用します。

※パズルと質問の正解は広報ひろさき  
2月1日号に掲載します。

## 解答欄



### 【質問】

A B C の D E F G H I J K L の

M N O P Q R は、何かな？

《ヒント》今号のどこかに…





平成 26 年 10 月 8 日から、弘前市地図情報システム「ひろさき便利まっぷ」のサービスが始まりました。パソコンやスマートフォンを使い、市内の地図情報の検索などができます。外出先でも利用できますので、ぜひ活用してください。

ひろさき便利まっぷとは

- 市の公共施設などの位置情報を汎用の地図や航空写真上に公開するもので、インターネット（パソコン・スマートフォンなど）から利用できます。
- 利用できる地図情報は、公共施設のほか、児童館・児童センター・放課後児童クラブなどの子育て・教育施設の位置情報、避難施設や洪水被害予測図などの安全・安心情報、観光・文化施設の位置情報、事業者向けの道路・都市計画情報などで、今後もさまざまな地図情報を順次公開していく予定です。
- 公共施設などの検索や地図の印刷ができるほか、地図上に簡単な作図をしたり、距離や面積の計測などができます。
- ※作図や計測はパソコンのみ可能。
- スマートフォンでは、GPS 機能を ON にすることで位置情報を取得し、現在地を表示することができます。

利用方法

①市ホームページのトップページにある「ひろさき便利まっぷ」の画像をクリックし、システム画面を表示してください。



△「ひろさき便利まっぷ」の画像

- ②各地図には著作権があります。利用規約を確認し同意の上、ご利用ください。
- ③詳しい操作内容は「ヘルプ」をご覧ください。

スマートフォン画面



パソコン画面

地図の基本操作



キーワードや住所で検索する



印刷する



ひろさき便利まっぷ掲載地図情報

大分類	中分類	名称
暮らし	施設案内	市役所・支所等
		消防本部・消防署・分署
		保健・衛生施設
		交流施設
		公民館
		スポーツ施設
		レクリエーション施設
		駐輪場・放置自転車保管所
		市営駐車場
		その他施設
	子育て・教育	保育園・保育所
		幼稚園
		児童館・児童センター
		放課後児童クラブ（学童保育）
		教育施設
		小学校
		中学校
		特別支援学校
		小学校通学路
		中学校通学路
事業者	健康・福祉	地域包括支援センター
		社会福祉施設
	安全・安心	避難施設
		避難場所
		急傾斜地の崩壊
		土石流
	雪対策	地すべり
		洪水ハザードマップ
	観光・文化	雪置き場情報
		観光施設
事業者	都市計画	文化施設
		文化財
		趣のある建物
		景観重要建造物
		Wi-Fi スポット
		都市計画図割図
		防火（準防火）地域
		市街化区域
		人口集中地区（H22）
		人口集中地区（H17）
	道路	人口集中地区（S45）
		都市施設
		都市計画公園
		都市下水路
		都市計画道路
事業者	都市計画	その他地域地区
		用途地域
		河川
	道路	国道認定路線
		県道認定路線
		市道認定路線

平成 26 年 12 月 12 日現在

※地図情報はあくまでも参考であり、対外的な法的効力を持つものではありませんのでご注意ください。



■問い合わせ先 情報システム課（☎ 35・1133）



皆様のご協力をお願いします

## 市民税・県民税申告について 混雑緩和のためのお願い

スムーズな申告の受付と待ち時間短縮のため、次の方法での申告にご協力をお願いします。

### ○自書申告

営業・農業・不動産所得などの収支内訳書の作成や、医療費控除を受ける際の医療費の総額計算は、自身で行うようお願いします。

### ○郵送申告

申告書は郵送で提出することができます。広報ひろさき1月15日号と同時配布する「平成27年度市民税県民税申告のお知らせ」の裏面が申告書になっていますので、必要事項を記入・押印の上、3月16日までに市民税課まで送付してください。添付書類の返送や申告書控えの送付を希望する人は、その旨を記載の上、返信に必要な金額の切手を貼った返信用封筒を同封してください。

※内容についての問い合わせをする場合がありますので、電話番号を必ず記入し、必要書類を保管しておいてください。

### ○年金収入がある人の申告について

所得税の確定申告については、公的年金等（国民年金、厚生年金、企業年金など）の収入が400万円以下で、そのほかの所得が20万円以下の人は申告が不要となります。ただし、所得税の還付や損失の繰越控除などを受けようとする場合は、確定申告が必要です。

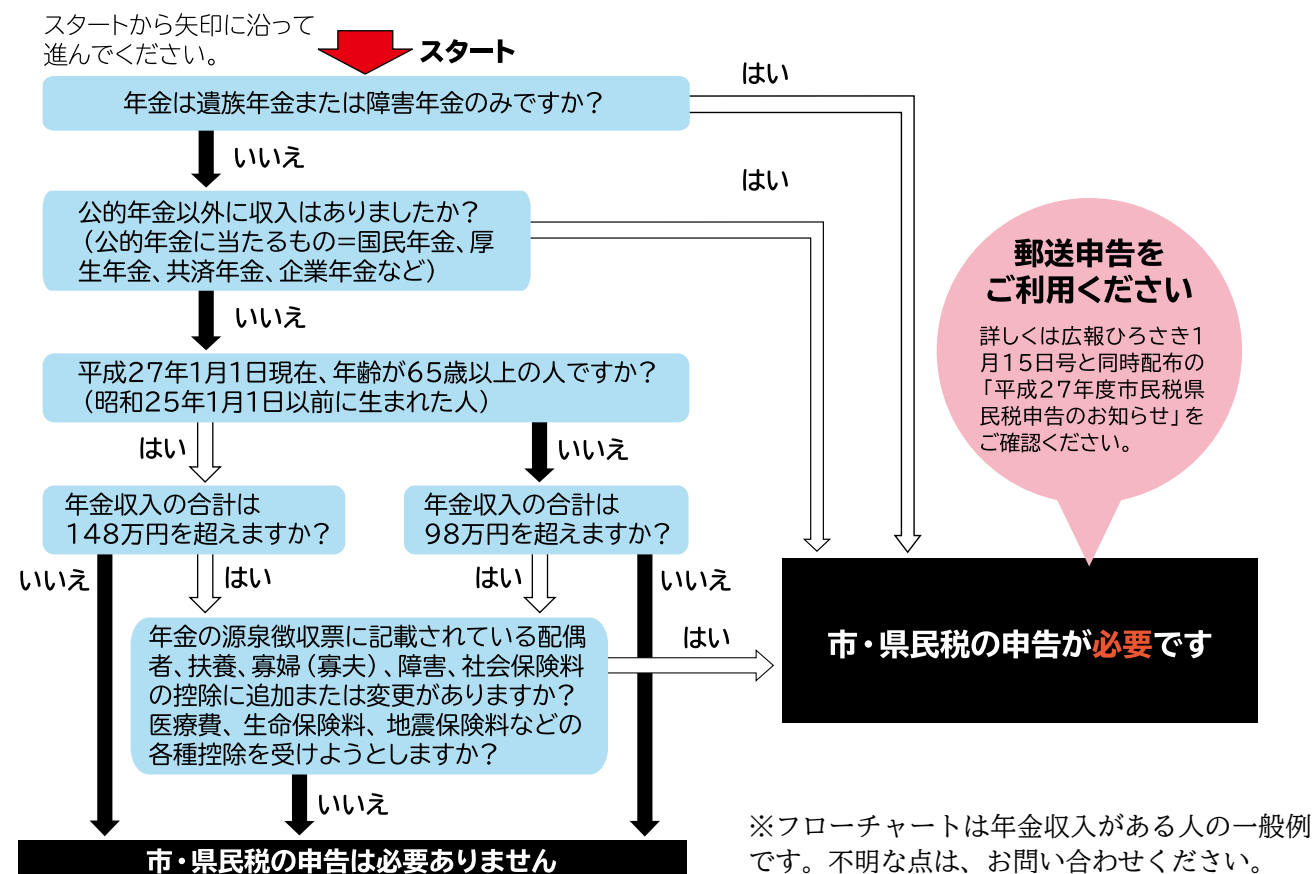
なお、所得税の確定申告をする場合は、市・県民税の申告は不要となります。

また、確定申告をする必要がない人でも、市・県民税の申告が必要な場合がありますので、下記の「年金収入フローチャート」で市・県民税の申告が必要かどうか確認してください。不明な点は問い合わせを。

■問い合わせ・提出先 市民税課市民税第二・第三係（〒036・8551、上白銀町1の1、☎40・7025、40・7026）



### 年金収入フローチャート



市民総ぐるみで  
ご協力を！

## あいさつ運動、ことばをかけて見守る運動

市では、「子どもの笑顔を広げる弘前市民条例～いじめや虐待のないまちづくりを目指して～」に基づき、弘前の未来を担う子どもたちを市民みなで見守り、いじめや虐待を防ぐための取り組みを進めています。

市民が誰でも取り組むことのできる運動として、昨年4月と8月に引き続き、本年も「あいさつ運動、ことばをかけて見守る運動」を下記のとおり実施しますので、ぜひご協力をお願いします。

※詳細については、各中学校区に設置している小・中学校、家庭、地域による連携組織から学校や町会などを通してお知らせします。

■問い合わせ先 学校教育改革室（☎82・1645）

**強化日**  
**1月15日・16日・19日**

**市内一斉取組日 1月16日（金）**



### 「あいさつ運動、ことばをかけて見守る運動」の効果

☆地域に「自分を知っていてくれる人」「自分が知っている人」がいることで、子どもたちに「地域に見守られているという安心感」が生まれます。

☆子どもたちの行動に気を配ることにより、いじめや虐待の早期発見・早期対応が可能となります。地域に住む人だけではなく、地域に勤めている人も、いじめや虐待をなくするために、温かなまなざしを向け、思いやりを持って言葉を掛けましょう。

事故を未然に防ぐ  
ために

## 屋根の雪下ろし用命綱などを貸し出します

屋根の雪下ろし中の事故を未然に防ぐため、命綱などを貸し出します。

貸出数には限りがありますので、事前にお問い合わせください。

### ▽貸出期間

2月28日まで

※雪の状況次第では、貸出期間を延長します。



※一式当たりの貸出期限は、貸出日から原則5日間とします。

▽貸出用品 命綱、安全帯およびヘルメット一式

### ▽貸出場所

○弘前消防署（本町、☎32・5199）

○東消防署（城東中央5丁目、☎27・1151）

○西北分署（小友字神原、☎93・3310）

○西分署（鳥井野字宮本、☎82・3311）

※受付時間は、いずれも午前8時半～午後5時。

■問い合わせ先 市民協働政策課（☎35・1664）

### NEWS

## 市立博物館特別企画展2「名画の花束」 入館者数1万3,000人突破！

昨年9月27日に開幕した特別企画展2「名画の花束」は、印象派を代表するモネのほか、ピカソ、シャガール、ルノワールなどのヨーロッパ絵画を中心とした展覧会で、子どもたちにも親しめるように工夫し開催しました。

51日間の会期で、今年度最高の1万3,089人（昭和52年の開館以降、歴代6位）の入館があり、盛況のうちに閉幕しました。

■問い合わせ先 市立博物館（☎35・0700）



△市内の小学生の観覧の様子



## 市民参加型まちづくり1%システム 平成27年度1次募集を開始します

市では、個人市民税の1%相当額を財源に、市民自らが地域を考え実践する活動に必要な経費を助成する、「市民参加型まちづくり1%システム」を実施しています。この制度は、地域の実情に身近な市民の皆さんが実践する、地域の課題解決や活性化につながる活動を支援することにより、「市民力」による魅力あるまちづくりを推進するものです。

本年度は、1次から3次までの事業募集を行い、57事業が交付決定され、地域交流事業や環境美化活動、まちのにぎわいを創出する事業など、さまざまな分野に活用されました（それぞれの事業の詳細については市ホームページをご覧ください）。

今回、来年度実施する事業を募集しますので、皆さんのアイデアや経験を生かした事業の提案をお待ちしています。※申請金額が20万円以下の事業については、補助金の申請に不慣れな団体の負担を軽減するため、平成25年度から公開プレゼンテーションへの参加を申請団体の任意としていますので、積極的に制度をご活用ください。

▽募集期間（1次募集） 1月7日～2月6日

▽事業実施期間 4月1日～平成28年3月31日

※この制度に関する予算については、平成27年第1回市議会定例会で審議され、その可決をもって制度を実施します。

▽対象事業 原則、市内で実施される公益的な事業で、住民や構成員が自ら行動して実施する継続性のある事業

▽対象団体 構成員が5人以上で、市内に活動拠点があり、組織の運営に関する定款・会則などが定められている団体（新たに組織する団体も対象）

▽補助金額 対象経費の90%以内の額（原則50万円を限度）

▽申請方法 所定の書類を、市民協働政策課へ直接持参してください。

▽平成27年度の事業募集予定 提案事業の募集は、3次募集まで予定しています。

◎2次募集期間 4月13日～5月12日（事業実施期間…7月1日～平成28年3月31日）

◎3次募集期間 7月13日～8月12日（事業実施期間…10月1日～平成28年3月31日）

■問い合わせ・提出先 市民協働政策課（市役所2階、窓口254、☎40・7108、Eメールshiminkyoudou@city.hirosaki.lg.jp）

※制度の詳細や申請書類は、同課で配布するほか、市ホームページ（<http://www.city.hirosaki.aomori.jp/gyosei/seido/ichipercen/index.html>）に掲載しています。

まちづくり1%システム

で 検索



### 1%システムの事前相談を受け付けします

来年度の事業募集に当たり、「1%システム事前相談期間」を設け、個別に相談に応じます。「1%システムとはどんな制度?」「事業を申請したいけど、書類を作るのが大変」など、簡単な制度の概要から具体的な書類の書き方まで、気軽にご相談ください。

▽相談期間 1月5日～23日（相談日時は希望に応じて調整します）

※この期間に限らず、1%システムに関する質問や相談については、いつでも受け付けていますので、気軽にお問い合わせください。

応募を考えている人は  
はどんどん来てね！  
相談待ってるよ～♪



ひろさき  
夢追い人  
File.18

よしもと たかふみ  
吉本 岳史さん

1978年5月生、高知県出身  
サッカー選手兼監督

ポジションはDF、MF。ニックネームはヨッピー。愛媛県立南宇和高等学校から福岡大学を経て、2001年名古屋グランパスエイトに加入。2002年6月に横浜F.C.ヘレンタル移籍し、2003年には水戸ホーリーホックに完全移籍をする。水戸では主力選手として活躍。「ディフェンスの統治者」、「水戸の大黒柱」と称されていた。また、直接フリーキックを得意としており、水戸に所属していたときにはチーム得点王にもなった。2005年から2007年までチームキャプテンを務め、2008年に横浜F.C.へ完全移籍するも、2010年引退。2012年、弘前市に本拠地を置くブランデュー弘前F.C.の選手兼監督に就任。2014年、東北リーグ2部北で優勝し東北1部リーグに昇格。今年は東北1部リーグでの優勝を目指す。

【市民の皆さんへ一言】

『本気で弘前のサッカー文化を変革したい』と常に思っていて日々取り組んでいます。弘前に来て2年6カ月。5、6年居るような感覚で、時間以上に濃い日々を過ごし、温かい弘前の方々に支えられながら成長させてもらっています。



# 弘前城石垣修理

## 第6回 ～石垣修理発掘調査～



発掘作業の様子（平成26年度）

発掘調査は、石垣を解体前と同じ構造に積み直していく前段階として、石垣の構造や本丸平場に残る遺構の状況を記録に残すため実施しているものです。平成25年度より、本丸東側石垣修理工事対象範囲700㎡において、本丸平場の面的な発掘調査を行っています。

昨年度までの調査の結果、築城時の慶長16年（1611）に築かれた本丸東側石垣の北端では、裏込（石垣裏側に詰められた玉石の層）が幅2m程度であったのに対し、元禄期（1694～99）に築かれたと思われる中央部の石垣では裏込の幅が1m弱程度と、石垣の築造時期により、裏側の構造に違いが生じていることが明らかとなりました。

今年度も同じ範囲において、平成25年度の成果をもとに更に掘り下げを行った結果、慶長16年築城時のものと思われる盛土層、明治27年（1894）以降の本丸東側石垣の崩壊範囲とそれに伴う石垣修理工事の様相が、徐々に明らかになってきました。

発掘調査範囲の西端（本丸中央側）では、ほぼ全域において橙色の粘土層が確認されており、現段階では、この土が弘前城築城時の土木工事で築かれた盛土と推測されています。江戸時代の記録によると、本丸東側石垣中央部分の長さ約70mは、元禄期に石垣が積み足されるまで土の斜面になっていました。発掘調査で確認された橙色粘土層も、内濠方向へ急勾配に落ち込むの面となっていますが、元禄期の石垣積み足し工事や、明治期以降の石垣崩壊・修理工事の際に盛土層

が切土された可能性もあるため、今後はその点も考慮しながら調査を進める予定です。

また、明治～大正時代の石垣崩壊・修理に関わる成果についてですが、明治時代に描かれた「本丸天守閣石垣崩壊の図」には、天守台から北に十間半（約19m）の範囲で石垣が崩壊したと記録されています。発掘調査では、この記録とほぼ同じ範囲において、径20cmほどの玉石を多く含む白色粘土の広がり確認されました。この粘土層には、当時崩れた石垣石材が混入しています。更に、当時は石垣崩壊範囲よりも広く、天守台から北に40m付近まで石垣を積み直していることも判明しました。

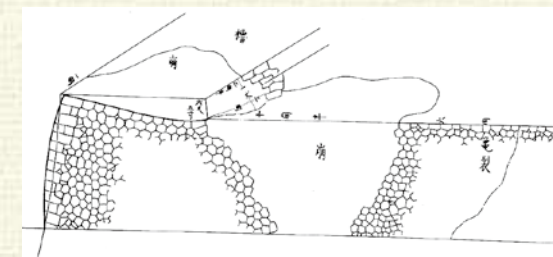


△明治～大正時代に石垣崩落部分を修復した盛土

平成27年度のさくらまつり後には、現在の発掘調査範囲の北側部分の精査を進めます。また、曳屋（ひきや）工事により天守が移動している9月中ごろには、天守台の発掘調査に着手する予定です。弘前城に残る江戸時代の痕跡を確認できるか、興味深いところです。※次回連載は、平成27年度に掲載を予定しています。



△築城時のものと推定される橙色粘土の盛土層



＜「本丸天守閣石垣崩壊の図」（明治時代、所蔵機関不明）明治時代に崩壊した石垣の破損状況を示した図。石垣の崩壊部分の寸法・位置や、亀裂部分の位置が分かる。

※弘前城本丸石垣修理事業について、詳しくは下記URLをご覧ください。

<http://www.city.hirosaki.aomori.jp/kanko/shisetsu/park/ishigaki.html>

■問い合わせ先 公園緑地課弘前城整備活用推進室（弘前公園緑の相談所内、☎33・8739）



# フォトコレinひろさき

市内各地で行われた  
イベントや  
まちの話題を  
お届けします。

▽この写真にスマートフォンをかざすと、動画が流れます。



## エレクトリカルファンタジー

今や弘前の冬の風物詩として定着している「エレクトリカルファンタジー」が11月29日から始まりました。洋館など文化財のライトアップのほか、色鮮やかなイルミネーションが通りや市内各所に取り付けられ、幻想的な空間を演出しています。イルミネーションの点灯場所は、市役所周辺、追手門広場、蓬莱広場、駅前公園、えきどてプロムナードなどで、2月28日まで行われます。

眺めているだけで気持ちが満たされ、なぜか心が温かくなってくる。そんな幸せな気分になれるひとときをあなたも過ごしてみませんか。

11月29日～

11月22日

## 市民会館ステンドグラス除幕式

当市出身の洋画家・佐野ぬいさんの原画を基に制作したステンドグラス「青の時間」が市民会館管理棟ロビーに設置され、その除幕式が行われました。

「ぬいブルー」と称される青を基本としたステンドグラスがお披露目されると、会場からは大きな拍手が。

自然の光により、さまざまな姿を見せるステンドグラスは、当市の新しいスポットとして注目です。



## スマートフォンを写真にかざして 動画 を見よう!!

広報ひろさきでは、写真にスマートフォンなどをかざすと、写真に関連する動画が見られる「AR」サービスを実施しています。

スマートフォンをお持ちの人は、無料アプリ「COCOAR (ココアル)」をダウンロードして、ぜひお楽しみください。

※AR (拡張現実) …写真などに、デジタル合成などによって作られた情報を付加し、人間の現実認識を強化する技術  
※アプリのダウンロードや動画視聴には別途通信料がかかります  
※ARの有効期間は発行から3カ月です

1

App Store もしくは Google Play で「COCOAR」を検索しダウンロード。

2

アプリを起動し、ARマークのついた写真にかざす。写真を認識すると動画が流れます。



■問い合わせ先 広報広報課 (☎ 35・1194)

# もっとな②♡弘前!!

学生企画コーナー

## 「ミチシルベ」～自分らしい生き方とは!?～

### 『ミチシルベ』とは

あけましておめでとうございます。新年を迎え、新たな気持ちで何かを始めたいと思っている人もいるのではないのでしょうか。やりたいことがあるのに自分の環境を言い訳にして、可能性を諦めてしまうのはもったいないですよね？

今回ひろ♡レポでは、11月21日・22日に開催された『ミチシルベ』というイベントに参加してきました。

弘前大学の学生団体 Hiromaru が主催する、自分の将来や未来を考えている人へ、新しい可能性に気付いてもらうためのイベントです(平成26年度弘前市市民参加型まちづくり1%システム採択事業)。

Hiromaru のメンバー自身が就職活動や日々の生活を通して得た、さまざまな生き方や働き方をしている人に出会ったときの衝撃や感動を、より多くの人に知ってもらいたいという思いからこのプロジェクトは始まり、名前にはこれからの生き方を示す『道しるべ』と『未知知るべ!』という2つの意味が込められています。

今回のイベントでは、参加した人それぞれが、自分に足りない部分(“知ること” “考えること” “伝えること”)に合わせて講演会、座談会、ワークショップの3つから自由を選ぶことができる形で行われました。

### 第1部『講演会』

コラボ弘大にて行われた講演会は、学生から社会人まで幅広く90人以上が参加するという大盛況ぶり。東京からきた3人の人生経験豊富な講師たちの話はどれも刺激的なものばかり。また、和洋折衷の町である弘前には微差を追求するこだわりのある職人も多く、魅力がたくさんあるという“外から見た弘前”についても聞くことができました。Twitter を使いリアルタイムで意見や質問を書きこむこともでき、気軽に会場全体でトークに参加できる会場づくりとなっていました。就職活動だけでなく未来を考えるとともに、今住んでいる弘前というまちについても改めて思い直すきっかけとなりました!



メッセージを熱く語る宮脇さん(講師)



イラストで会場を魅了する小柳さん(講師)



ひろ♡レポもトークセッションに参加

### 第2部『座談会』



### 第3部『ワークショップ』



講演会の後は講師や弘前のキーマンと話す・繋がる座談会、翌日にはカフェを会場に自分を見つめ直し、将来のイメージをアウトプットするためのワークショップが開催されました。自分は他人からどう見えているの? 「興味のあること」を「やりたいこと」にするためには? 今まで出会ったことのないメンバーと考えるからこそ、新しい自分に気付けたように思います。

### 《編集後記》

さまざまな年代の人が一緒になって今後のキャリアについて考えるきっかけの場を学生によって実現しました。気が付いたらもう2015年です。皆さんは今年1年、どのような年にしたいですか。しっかりと目標を持って、今年も頑張りましょう!!



ひろ♡レポとは…若者目線で弘前のことを伝えようと発足された、広報ひろさきで学生企画コーナーを担当する女子大生グループです。問い合わせやご意見・ご感想はEメール(hiro.repo@gmail.com)で。Facebook(http://www.facebook.com/hiro.reporters)、Twitter (@HiroRepo) もやっています! 興味のある人はどうぞ(^~^)



## イベント

### 全国石垣修理パネル展・ 史跡等公開活用事業成果報告展

▽とき 1月10日～18日、午前8時半～午後9時  
▽ところ ヒロロスクエア(駅前町、ヒロロ3階)  
▽内容 全国20城跡の石垣修理事業および市が本年度実施した関連イベントなどを写真パネルで紹介  
▽観覧料 無料  
📍文化財課埋蔵文化財係(岩木庁舎内 ☎ 82・1642)

### こどもの森1月の行事

◎月例登山「新春登山」  
▽とき 1月11日(日) 午前9時半～午後2時半  
▽対象 登山の経験があり、冬山登山の装備で参加できる人  
※事前の申し込みが必要。  
◎自然教室「探そう!足跡」  
▽とき 1月25日(日) 午前10時～午後0時半  
▽対象 小学生  
※事前の申し込みは不要。  
～共通事項～  
▽ところ こどもの森ビジターセンター(坂元字山元、久渡寺境内)  
▽参加料 無料  
▽持ち物 昼食、飲み物、タオル、

### 緑の相談所

1月の  
催し

【展示会】  
●弥生いこいの広場写生大会入賞作品展 4日～12日  
●冬芽の樹木展 23日～2月1日  
※いずれも入場は無料。  
●休館日 1日～3日・5日・13日・19日・26日  
📍緑の相談所(☎ 33・8737、午前9時～午後5時)

替えの下着・靴下、雨具、防寒着  
※雨天決行。豚汁を用意しますので、器の持参を。  
▽冬季開館日 毎週土・日曜日、祝日と小・中学校の冬休み・春休み期間(1月1日～1月3日を除く)  
📍こどもの森ビジターセンター(☎ 88・3923) / 市みどりの協会(☎ 33・8733)

### 二十歳の祭典

▽とき 1月11日(日) 午前11時～  
▽ところ 市民会館(下白銀町)  
※市民会館への駐車はできませんので、近隣の有料駐車場などをご利用ください。  
▽内容 成人式および成人祭  
▽対象 平成6年4月2日～平成7年4月1日に生まれた人  
▽新成人の皆さんへ 飲酒後の来場は固くお断りします。また、酒類の持ち込みや敷地内での飲酒も禁止します。  
※家族など周りの人からも注意をお願いします。なお、アルコールチェッカーにより酒気帯びの有無を確認する場合がありますので、ご了承ください。  
📍生涯学習課(岩木庁舎内、☎ 82・1641)

### 市立郷土文学館企画展 「陸羯南展」

新聞『日本』を創刊し、後輩たちへ大きな影響を与えた、ジャーナリスト陸羯南(くがかつなん)を紹介します。  
▽とき 1月12日～平成28年1月3日、午前9時～午後5時  
※入館は午後4時半まで。  
▽ところ 市立郷土文学館(下白銀町、追手門広場内)  
▽観覧料 高校生以上=100円 / 小・中学生=50円  
※65歳以上の市民、市内の小・中学生や障がい者、外国人留学生は無料。住所や年齢を証明できるものの提示を。また、ひろさき多子家族応援パスポート持参の人も無料です。

📍市立郷土文学館(☎ 37・5505)  
※あおり県民カレッジの単位認定講座。

### 新春恒例 消防団出初式

1月12日(成人の日)、新春恒例の「弘前市・西目屋村消防団出初式」が土手町通りを会場に行われます。  
新年を迎え、歴史と伝統を誇る弘前市消防団のまとい振りや行進ラッパに合わせた勇壮な分列行進など、消防の心意気を披露します。  
なお、会場となる土手町十文字から一番町交差点までは、午前8時50分から10時半まで、一般車両の通行が規制されます。市民の皆さんにはご不便をお掛けしますが、ご協力をお願いします。  
📍防災安全課(☎ 40・7117)

### サタディプラン

土曜日に小・中学生を対象に、無料で開催します。  
▽日程・会場  
【弘前文化センター(下白銀町)プラネタリウム】  
○わくわく☆子どもプラネ(子ども向けのプラネタリウム投影) 1月17日・24日・31日の午前10時半～11時 / 中央公民館(☎ 33・6561)  
【弘前図書館(下白銀町)】  
○おたのしみおはなし会と図書館の探検隊(絵本の読み聞かせ・紙芝居などと図書館地下書庫の探検。対象は小学校1年生～3年生) 1月17日の午前11時～正午 / 弘前図書館(☎ 32・3794)  
【市立博物館(下白銀町)】  
○親子鑑賞会(開催展示会の鑑賞。保護者も無料) 1月17日の午前9時半～正午 / 市立博物館(☎ 35・0700)  
【市立郷土文学館(下白銀町)】  
○親子文学散歩(クイズを解きながら観覧) 1月17日・24日・31

日の午前10時～正午 / 市立郷土文学館(☎ 37・5505)  
📍各会場へ。  
※プラネタリウム、市立博物館、郷土文学館は市内の小・中学生はいつでも無料です。サタディプラン以外の日もご利用ください。

### ともに生きる精神障がいの 理解・普及・交流会

【松本ハウスがやってくる～笑って学ぼう精神疾患～】



お笑いコンビ「松本ハウス」のハウス加賀谷さんが、お笑いや自らの精神障がいの体験談を通して真面目に、時には面白く講演します。相方・松本キックさんの視点を交えながら、精神疾患に対する正しい知識や情報を学ぶ交流会です。  
▽とき 1月18日(日) 午後2時～4時  
※午前10時から地域の福祉施設などの紹介・作品展示・販売を予定。  
▽ところ ヒロロ(駅前町)3階イベントスペース  
▽対象 市民  
▽参加料 無料  
※事前の申し込みは不要。  
📍津軽地域精神障がい者社会復帰支援連絡会事務局(貴田岡くたおか)さん、☎携帯 090・7529・8702)  
※平成26年度市民参加型まちづくり1%システム採択事業。

### りんご公園 ウィンターフェスティバル

▽とき 1月24日・25日、午前10時～午後3時  
▽ところ りんご公園(清水富田字寺沢)  
▽内容 そり滑り、竹スキー、絵本読み聞かせ、津軽昔語り、雪上レクリエーション、雪上プチSASUKE、りんご公園スタイル雪合戦～チャン



弘前のいろいろなことについてのクイズだよ。答えはどこかのページに隠れているから探してね!

#### 【質問】

エレクトリカルファンタジーが始まって、市内はとてもきれいだけど、イルミネーションに電球が何個使われているかわかるかな? 右の3つの中から選んでね。

- ①約3万個
- ②約7万個
- ③約18万個

ピオンズカップ～など  
▽参加料 無料  
📍りんご公園(佐藤さん、☎ 36・7439)

### 第28回 青森県中学校選抜美術展

▽とき 1月23日～25日、午前9時～午後5時(最終日は午後3時まで)  
▽ところ 弘前文化センター(下白銀町)2階大会議室・1階美術展示室  
▽観覧料 無料  
📍東目屋中学校(高橋さん、☎ 86・2015)

### 県立弘前第一養護学校 「第8回作品展」

多くの人に特別支援教育について知ってもらうために開催します。  
▽とき 1月24日～26日、午前10時～午後9時(最終日は午後6時まで)  
※作品販売は、24日・25日の午前11時～正午と午後1時～2時。  
▽ところ イオンタウン弘前樋の口  
▽内容 作品展示、学校紹介、生徒による作品販売  
▽入場料 無料  
📍県立弘前第一養護学校(☎ 96・2222)



### プラネタリウム [弘前文化センター]

日	月	火	水	木	金	土
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

□…一般投影を午後1時半～、午後3時～の2回投影  
▣…一般投影を午前10時半～、午後1時半～、午後3時～の3回投影  
■…わくわく☆子どもプラネを午前10時半～の1回、一般投影を午後1時半～、午後3時～の2回投影  
■…休み

#### ★投影プログラム

【一般投影 / 45分間】  
▽テーマ 望遠鏡で見る冬の夜空  
▽観覧料 一般=240円 / 小・中学生、高校生=120円  
※65歳以上の市民、市内の小・中学生や障がい者、外国人留学生は無料。年齢や住所を確認できるものの提示を。  
【わくわく☆子どもプラネ / 30分間】  
▽テーマ 冬の夜空には…  
▽観覧料 無料  
📍中央公民館(☎ 33・6561、火曜日は休み)



認知症の人と家族のつどい
▽とき 1月25日(日) 午後1時半～3時半 ▽ところ 弘前市社会福祉センター(宮園2丁目)2階 ▽内容 認知症、介護についての話し合い ▽参加料 無料 ※事前の申し込みは不要。 📍認知症の人と家族の会青森県支部 弘前地域世話人・中畑さん(☎ 44・4959〈午後6時以降〉)
シンフォニー「成年後見制度を考える会」10周年記念シンポジウム
【成年後見制度、この10年～利用する立場で～】 ▽とき 2月1日(日) 午後1時半～4時 ▽ところ 市民会館(下白銀町)大会議室 ▽パネリスト 小宅大典さん(元主任家裁調査官)、野呂恒雄さん(青森県司法書士会弘前支部長)、三上

弘前図書館

1月の催し

◎おたのしみおはなし会  
▽とき 1月10日・17日の午前11時～11時半  
▽内容 「雪・冬」をテーマとした、絵本の読み聞かせ、紙芝居、昔話、エプロンシアター、などなど  
▽対象 おおむね4歳～小学校低学年の児童  
◎だっこでおはなし会  
▽とき 1月24日(土)  
午前10時半～11時  
▽内容 絵本の読み聞かせ、手遊び、ブックトークなど  
▽対象 0歳～3歳の子と保護者＝15組程度(先着順)  
～共通事項～  
▽ところ 弘前図書館(下白銀町)1階閲覧室おはなしコーナー  
▽参加料 無料  
※事前の申し込みは不要。  
📍弘前図書館(☎ 32・3794)

富士子さん(弘前市成年後見支援センター)、澁谷祐子さん(生活相談員) ▽対象 成年後見制度に関心のある人や支援者など ▽定員 80人(先着順、予約可) ▽参加料 1,000円(当日徴収) ※終了後、懇親会もあります。詳しくは問い合わせを。 📍シンフォニー「成年後見制度を考える会」(鎌田さん、☎兼📠 38・1829、北川さん、☎兼📠 33・0393)
ふれあい高齢者パタンク親善大会
冬期間の健康保持と参加者の親ばくを深めることを目的に開催します。 ▽とき 2月21日(土) 午前9時～ ▽ところ 克雪トレーニングセンター(豊田2丁目、運動公園内) ▽内容 3人1チーム、全チーム5回戦で行うゲーム ▽対象 おおむね60歳以上の市民 ▽参加料 1人1,000円(昼食代を含む。当日受付で徴収) 📍1月21日までに、市社会福祉協議会(☎ 33・1161)、または市パタンク協会(葛西さん、☎ 88・3480)へ。
教室・講座
第4回読み聞かせボランティア講習会
「絵本が好きで、子どもたちに楽しい絵本を読んであげたいけど、やりかたが分からない…」という人を対象にした、初心者から始める「読み聞かせ講習会」です。 ▽とき 1月12日(月) 午前10時～正午 ▽ところ 岩木図書館(賀田1丁目)児童室 ▽内容 おはなし会を楽しく行うための子どもをひきつけるテクニック指導、ペープサート(紙人形劇)の作成と実技指導 ▽講師 岩木図書館読み聞かせボランティア ▽定員 20人

▽参加料 無料 ※事前の申し込みは不要。 📍岩木図書館(☎ 82・1651)
プールで体力づくり教室
▽とき 1月19日～2月23日の毎週月曜日、午前10時～11時 ▽ところ 温水プール石川(小金崎字村元) ▽内容 水中での体操、ウォーミングアップを兼ねた水中ウォーキング・ストレッチ、簡単な筋力トレーニング、ゲーム ▽対象 市民＝20人 ▽参加料 無料(各自傷害保険などに加入を) ▽申し込み方法 往復はがきに住所・氏名・連絡先・生年月日・教室名を記入し、1月10日(必着)までに河西体育センター(〒036・8316、石渡1丁目19の1)へ。 ※応募多数の場合は抽選で決定します。 📍河西体育センター(☎ 38・3200)
第2回ブックスタート読み聞かせ講習会
▽とき 1月25日(日) 午前10時半～11時 ▽ところ 健康ホール(駅前町、ヒロロ3階) ▽内容 絵本の読み聞かせのアドバイスや手遊び歌など ▽講師 高嶋敬子さん ▽対象 0歳児と保護者＝50組程度(先着順) ▽参加料 無料 ※事前の申し込みは不要。 📍こども絵本の森(☎ 35・0155)／弘前図書館(☎ 32・3794)
体力維持のための冬期ストレッチ教室
▽とき 1月20日～3月17日の毎週火曜日、午前10時半～11時半(2月24日は除く) ▽ところ 市民体育館(五十石町)会議室 ▽内容 体幹力・柔軟性を向上させ

るやさしいストレッチ、筋トレ体操 ▽対象 市民＝10人 ▽参加料 無料(各自傷害保険などに加入を) ▽持ち物 汗ふきタオル、飲み物、室内用シューズ ▽申し込み方法 往復はがきに、住所・氏名(ふりがな)・生年月日・電話番号・性別・教室名を記入し、1月15日(必着)までに市民体育館(〒036・8362、五十石町7)へ。 ※応募多数の場合は抽選で決定します。家族や友人同士で参加希望の場合は、はがき1枚で応募可。 📍市民体育館(☎ 36・2515)
かけっこ教室
▽とき 1月21日～3月18日の毎週水曜日、午後4時半～5時半 ▽内容 走る・跳ぶ・蹴る・投げるなどの全身運動、ラダー・ミニハードルなどの用具を使って足を動かすトレーニングなど ▽対象 小学生(1年生～3年生)＝20人 ▽ところ 市民体育館(五十石町) ▽参加料 無料(各自傷害保険などに加入を) ▽申し込み方法 往復はがきに住所・氏名・連絡先・生年月日・教室名を記入し、1月10日(必着)までに河西体育センター(〒036・8316、石渡1丁目19の1)へ。 ※応募多数の場合は抽選で決定します。 📍河西体育センター(☎ 38・3200)
筋トレ・脳トレ水中ウォーキング教室
▽とき 1月22日～2月26日の毎週木曜日、午後1時～2時 ▽ところ 温水プール石川(小金崎字村元) ▽内容 水中ウォーキング(基本から応用まで)、水中でのストレッチ、バランスを重視したトレーニング ▽対象 市民＝20人 ▽参加料 無料(各自傷害保険などに加入を) ▽申し込み方法 往復はがきに住所・氏名・連絡先・生年月日・教室名を記入し、1月10日(必着)ま

でに河西体育センター(〒036・8316、石渡1丁目19の1)へ。 ※応募多数の場合は抽選で決定します。 📍河西体育センター(☎ 38・3200)
東北女子大学公開講座
▽とき 1月24日(土) 午前11時～午後2時 ▽ところ 東北女子大学(清原1丁目) ▽内容 「おさかな食育クッキング～旬の魚いただきます♪～」 ▽対象 食育に関心のある親子または市民＝40人 ※事前の申し込みが必要。応募多数の場合は抽選で決定します。 ▽受講料 1組500円 📍弘前丸魚(☎ 27・2345、📠 http://www.hmaruuo.co.jp)
ほっと・ぼらんていあ参加者募集
気軽に誰でも参加し、情報収集ができるボランティア講座です。 ▽とき 1月24日(土) 午後1時半～3時半 ▽ところ 市民参画センター(元寺町)3階グループ活動室1 ▽テーマ 「犯罪・交通事故の被害者及びご遺族の支援～遺族のお話から、犯罪被害の現状や遺族の苦しみを聴き、命の大切さや被害者支援の必要性を考えてみませんか～」 ▽講師 山内久子さん(犯罪被害者遺族)、工藤美貴子さん(あおもり

被害者支援センター相談員) ▽参加料 無料 ※事前の申し込みは不要。 📍ボランティア支援センター(市民参画センター内、☎ 38・5595)
Enjoy スノーウォーキング教室
スノーシュー(西洋かんじき)を履いて、弘前公園などの雪景色を楽しみながら散策してみませんか。 ▽日程と場所 ①1月22日・29日、2月12日・19日＝弘前公園(下白銀町)／②2月5日・26日＝金属町体育センター／③3月5日＝高照神社(高岡字神馬野)／④3月12日＝岩木山神社(百沢字寺沢) ※時間はいずれも午前10時半～正午。 ▽対象 各回市民20人程度(1日のみの参加、継続参加いずれも可) ▽参加料 無料(各自傷害保険に加入を) ▽持ち物 防寒具、帽子、手袋、汗ふきタオル、飲み物、長靴(推奨。スノートレーニングシューズ可) ※スノーシューとポールは貸出しします。 ▽申し込み方法 往復はがきに、住所・氏名・生年月日・電話番号・教室名・参加希望日を記入し、1月18日(必着)までに金属町体育センター(〒036・8245、金属町1の9)へ。 ※応募多数の場合は抽選で決定します。家族や友人同士での参加は、はがき1枚で応募可。 📍金属町体育センター(☎ 87・2482)

Topics

親子で和菓子作り体験

11月22日、相馬小学校で弘前マイスターの大和田晃一さんを講師とした出前授業「親子で和菓子作り体験」が開催されました。体験には、5年1組の親子約70人が参加し、さつま芋ようかんと小麦まんじゅう作りに挑戦。会場は、和菓子作りの職人技への驚きの声と、出来上がったときの笑顔であふれていました。※市では、さまざまな分野で優れた技能・技術者を弘前マイスターとして認定し、技術指導や研修会の講師などの活動を行っています。弘前マイスターの出前授業を希望する人は、お問い合わせください。  
📍商工政策課物産振興室(☎ 35・1135)





かっこいい大人養成講座3  
プラネタリウムが居直った！  
「さあ、眠りなさい!!」

「冬の星座」「正しい星空観察の仕方」についてのレクチャー、「星座モビール」の作成を行い、最後にドーム内で音楽を流し、満天の星空の下、熟睡できるような空間を提供します。

▽とき 1月25日（日）  
午後5時～7時

▽ところ 弘前文化センター（下白銀町）プラネタリウムほか

▽講師 鶴見弥生さん（みちのく天文同好会）

▽対象 市内在住・勤務の18歳～50歳＝20人（先着順）

▽参加料 無料

▽持ち物 毛布など（睡眠時用として）

📍1月23日までに、中央公民館（☎ 33・6561、📠 33・4490、📧 chuoukou@city.hirosaki.lg.jp、火曜日は休館日）へ。

水泳教室（クロール）

▽とき 1月27日～2月12日の毎週火・木曜日、午前10時～11時

▽ところ 温水プール石川（小金崎字村元）

▽内容 クロールの呼吸練習

▽対象 25m泳げない市民＝15人

▽参加料 無料（各自傷害保険などに加入を）

▽申し込み方法 往復はがきに、住所・氏名・生年月日・電話番号・教室名を記入し、1月16日（必着）までに、温水プール石川（〒036・8123、小金崎字村元125）へ。

※応募多数の場合は抽選で決定します。

📍温水プール石川（☎ 49・7081）

雪崩事故防止講習会

初心者・経験者を問わず受講可能です。

▽とき 1月25日（日）、午前9時～午後3時（予定）

▽ところ サンライフ弘前（豊田1

丁目）  
※実技を運動公園（豊田2丁目）駐車場で行う予定ですが、天候などによって変更になる場合があります。

▽講師 清野嘉樹さん（弘前市勤労者山岳会会長）

▽参加料 300円（当日徴収）

▽持ち物 筆記用具、野外で活動できる服装、スコップ、ピーコン、ゾンデ

※事前の申し込みは不要。スコップ、ピーコン、ゾンデなど救助用具を持っていない人には無料で貸し出します（数量限定）。昼食は各自でご用意ください。

📍弘前市勤労者山岳会（工藤さん、☎ 携帯 090・7937・6146、📧 kndrm915@yahoo.co.jp）

65歳からの  
アンチエイジング講座

▽とき 1月29日（木）、午後1時半～2時半（受け付けは午後1時から）

▽ところ ヒロロ（駅前町）3階健康ホール

▽テーマ 簡単ストレッチで体をほぐそう！～冬場の運動不足解消～

▽内容 健康運動指導士による簡単なストレッチと筋力トレーニング、有酸素運動

▽対象 おおむね65歳以上の市民＝30人（先着順）

▽参加料 無料（各自傷害保険などに加入を）

📍1月13日～20日に、電話で弘前市保健センター（☎ 37・3750）へ。

ストレッチ体操教室

▽とき 2月2日～3月23日の毎週月曜日、午後1時半～2時半

▽ところ 弘前B＆G海洋センター（八幡町）

▽内容 ストレッチ体操、筋力トレーニング、体を使った脳トレ

▽対象 市民＝30人

▽参加料 無料（各自傷害保険などに加入を）

▽持ち物 飲み物・汗拭きタオル

▽申し込み方法 往復はがきに住所・氏名・生年月日・電話番号・教室名を記入し、1月23日（必

着）までに弘前B＆G海洋センター（〒036・8057、八幡町1丁目9の1）へ。

※応募多数の場合は抽選で決定します。夫婦や友人同士で参加を希望する場合、はがき1枚でも応募可。

📍弘前B＆G海洋センター（☎ 33・4545）

ふれあい高齢者  
ニュースポーツ研修会

高齢者向けのニュースポーツで、健康の増進を図ってみませんか。

▽とき 2月2日～15日

※種目によって開催日と時間が異なります。詳しくは問い合わせを。

▽ところ すぱーく弘前（石渡1丁目）

▽種目 ①ゲートボール、②グラウンドゴルフ、③ベタンク、④マレットゴルフ、⑤ターゲットバードゴルフ

▽対象 各種目とも、おおむね60歳以上の市民

▽定員 ①＝40人／②＝1・2班各50人／③＝60人／④＝40人／⑤＝40人（いずれも先着順）

▽参加料 無料

📍1月23日までに、すぱーく弘前（☎ 38・3250）へ。

🍀 その他

平成27年度なかよし会・なかよしクラブ・児童クラブの入会申し込みについて

平成27年4月からのなかよし会・なかよしクラブ・児童クラブの入会申し込みを受け付けます。

▽とき 1月5日～30日、午前8時半～午後5時

※土・日曜日、祝日を除く。

▽ところ 子育て支援課（市役所1階、窓口106）、岩木総合支所民生課（賀田1丁目）、相馬総合支所民生課（五所字野沢）

▽対象 保護者の就労などにより、放課後に留守家庭となる小学生

▽申し込み方法 入会申込書に次のいずれかの書類を添えてお申し込みください。

①平成26年分源泉徴収票の写し

②就労証明書

③家庭で保護ができないことを証明する書類  
※入会申込書と就労証明書は、子育て支援課、各なかよし会・なかよしクラブ、児童クラブで配布しているほか、市ホームページからダウンロードできます。

📍子育て支援課（☎ 40・7038）

保健衛生座談会

弘前市町会連合会では、市内を巡回して保健衛生座談会を開催しています。環境や保健に関することで、日ごろ疑問に思っていることや、取り組んでいることなどについて、気軽にお話ししませんか。

▽日程 下表のとおり

実施日	地区	開催会場
1月15日（木）	高杉	北辰学区高杉ふれあいセンター（独狐字山辺）
1月20日（火）	船沢	船沢公民館（折笠字宮川）

※時間はいずれも午後1時半から。

▽講師 市職員

📍弘前市町会連合会事務局（☎ 35・1111、内線346）

※健幸ひろさきマイレージポイントの対象事業。

藤田記念庭園1月の開館日

▽開館日 1月1日～4日、10日～12日、17日・18日、21日～31日の午前9時～午後5時

▽ところ 洋館（大正浪漫喫茶室、藤田謙一資料室、会議室）、高台部のみ  
▽入園料 無料  
※会議室は有料となります。詳しくはお問い合わせください。

📍藤田記念庭園（☎ 37・5525）

求職者支援訓練の受講者募集

雇用保険を受給できない求職者の早期再就職を目指し、民間の訓練機関が国の認定を受けて実施する職業訓練です。一定の要件を満たした受講者には、訓練期間中に職業訓練受講給付金が支給されます。

【基本から学ぶパソコン事務基礎科】

▽とき 2月3日～6月2日

▽ところ JMT C弘前教室（外崎4丁目）

▽申し込み締切 1月6日

【介護福祉士実務者研修科】

▽とき 2月6日～8月5日

▽ところ ディスパッチカレッジ弘前校（藤崎町藤崎村井）

▽申し込み締切 1月8日

【はじめてのパソコンと介護職員養成科】

▽とき 2月20日～5月19日

▽ところ JMT C弘前教室

▽申し込み締切 1月26日

【ゼロから始めるOA事務員養成科】

▽とき 3月2日～7月31日

▽ところ パソコンスクールIMS弘前教室（土手町）

▽申し込み締切 2月3日

【経理事務科】  
▽とき 3月6日～7月4日  
▽ところ JMT C弘前教室（外崎4丁目）  
▽申し込み締切 2月3日

【介護職員初任者研修科】  
▽とき 3月23日～8月21日  
▽ところ ニチイ学館弘前教室（表町）  
▽申し込み締切 2月25日

～共通事項～  
▽受講料 無料（テキスト代などは自己負担）  
▽申し込み方法 事前に弘前公共職業安定所（南富田町）で受講手続きを済ませ、申込締め切り日までに各訓練施設へ受講申込書の提出を。

📍弘前公共職業安定所（☎ 38・8609、音声案内42＃）

星と森のロマントピア屋内  
温水プールの休業について

屋内温水プールの内装および設備の修理・補修のため、1月13日から3月18日までの間、休業します。ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。なお、休業期間にかかる回数券などを持っている人は利用期間を延長しますので申し出ください。

※屋内温水プール休業中も宿泊・大浴場・レストランは通常通り営業します。

📍星と森のロマントピア（☎ 84・2288）

国際交流員の活動について


今年度も昨年度に引き続き、財団法人自治体国際化協会が行う外国青年招致事業の国際交流員として崔永先（チェヨンソン）さんが国際広域観光課で勤務しています。崔さんは海外、特に韓国に向けた当市のPRの一環として、市内を取材し、ブログで情報発信を行っています。今回はその中でも特に印象に残ったという場所について崔さんが紹介します。

※国際交流員は弘前と韓国の架け橋として、市内の教育関係機関、民間団体の国際交流活動に参加することもできます。詳しくは、国際広域観光課（☎ 40・7017）へお問い合わせください。

【本人コメント】

こんにちは。国際交流員の崔永先です。弘前での生活も、もう1年9カ月になりますが、ますます弘前の魅力にはまっています。

最近のお気に入りの場所は、新寺町の稲荷神社です。ずらりと並んでいる赤い鳥居に気を取られてしまった、私のお気に入りのスポット。だんだん狭くなっていく鳥居を通っていると、昔の歴史の中にタイムスリップしていきような気分になります。一步一步足を踏み出すたびに鳥居の隣の風景も、風の音も少しずつ変わってきます。鳥居を通り抜けたら出てくる手ぬぐいをかぶった狐もかわいかったです。韓国では神社がないため、このような赤い鳥居も、そして鳥居の並んでいる景色も特別に感じられました。こんな素晴らしい弘前の良さを、これからも韓国に発信していきたいと思います。



稲荷神社の鳥居



今月の市税などの納期		教えて！たか丸くんクイズの答え
納期限 2月2日	固定資産税	第4期
	国民健康保険料	第7期
	介護保険料	第7期
	後期高齢者医療保険料	第7期
☆今月は第4日曜日が納税相談日です。 ☆納税は便利で確実な口座振替をご利用ください。 ☆納期限を過ぎると督促手数料や延滞金が加算される場合があります。		答えは、③の約18万個だよ。弘前の人口は約17万8,000人。少し多いけど、弘前の人口と同じような数だから、なんだか、みんなの気持ちが集まって光を灯しているような感じがするね。
		※質問は19ページに掲載。 ※関連記事を16ページに掲載。





## 健康の掲示板

弘前市保健センター（野田2丁目） ☎ 37・3750



### 母子保健

母子健康手帳の持参を。場所は弘前市保健センター（各指定医療機関での個別健診を除く）で、料金は無料です。なお、発熱など体調不良の場合は、次回に受診してください。★は対象者に健康診査票を送付します。

名 称	と き	対 象・定 員	申 込 先
	内 容		
乳幼児の健康診査	4か月児★ 7か月児★ 1歳6か月児 3歳児 1歳児歯科 2歳児歯科★	各指定医療機関での個別健診 1月21日・22日／ 受付＝午後0時半～1時半 1月7日・8日／ 受付＝午後0時半～1時半 1月14日・15日／ 受付＝午後0時半～1時 対象＝平成24年7月生まれ…各指定歯科医療機関での個別健診	平成25年7月生まれ 平成23年6月生まれ 平成26年1月生まれ
離乳食教室	1月26日（月）、午後1時～2時半／ 受付＝正午～午後0時50分 離乳食講話・グループレッスン／ミニ講話（親子のふれあい、はじめての歯みがき）／身長・体重測定／育児相談 ※歯の相談希望者で歯ブラシを持っている場合は持参を。	平成26年8月生まれ	1月5日～23日に、弘前市保健センターへ。



### 検 診

市の各種検診は、年度内に1回受診できます。

名 称	会 場	と き	対 象・定 員	料 金	問 い 合 せ・申 込 先
		内 容			
セッ ト 検 診	医師会健診センター	通年1月13日～3月13日 ※女性限定日は問い合わせを。	40歳以上の市民（職場で受診できる人を除く） ※定員になり次第締切。		弘前市医師会健診センター検診課（☎フリーダイヤル0120・050・489、平日…午前9時～午後4時〔正午～午後1時を除く〕）へ。
女 性 の 健 康 診 査	医師会健診センター	1月22日・31日、2月4日 ※1月22日は託児あり（乳幼児10人まで）。1月22日、2月4日は女性限定。 血液検査、尿検査、内科診察、骨密度検査など	18歳～39歳の主婦や自営業の女性（職場で受診できる人、妊娠中やその疑いのある人などを除く） ※定員になり次第締切。	1,900円（市の国保加入者は950円、70歳以上の人は無料） 800円	受診希望日の1週間前までに、健康づくり推進課（弘前市保健センター内、土・日曜日、祝日を除く午前8時半～午後5時）へ。
医療機関での検診		胃・大腸・前立腺・子宮・乳がん検診、骨密度検診、結核検診は、医療機関でも受診できます。直接、「市の検診」と伝えて問い合わせを。詳細は「健康と福祉ごよみ」で確認するか、健康づくり推進課へお問い合わせください。なお、乳がん検診は、国の指針に基づき対象年齢を見直し、対象は40歳以上の人です。			

### おたっしや健幸塾

いつまでも元気で生き生きとした生活を送れるよう、高齢者に適した体操の教室を開催します。多くの人の参加をお待ちしています。

▽1月・2月の日程 右表のとおり  
▽時間 午前10時～正午（受け付けは午前9時半～）  
▽内容 健康運動指導士による講話と体操

▽対象 65歳以上の市民  
▽参加料 無料（各自傷害保険などに加入を）  
▽持ち物 運動できる服装、汗ふきタオル、水分補給のための飲み物

と き	と ころ
1月16日	石川公民館
1月19日	中央公民館相馬館
1月23日	東目屋ふれあいセンター
2月6日	三省地区交流センター



### 定期予防接種など

#### ▶定期予防接種

【麻しん風しん混合・3種混合・2種混合・BCG・日本脳炎・不活化ポリオ・4種混合・ヒブ・小児肺炎球菌・水痘】

通年接種です。接種年齢から外れると有料になりますので、ご注意ください。

来年度小学校に入学する人で、麻しん風しん混合Ⅱ期の予防接種をまだ受けていない人は、3月31日までに忘れずに接種してください。期間が過ぎると有料（約9,000円以上）になりますのでご注意ください。

接種を受ける際は、あらかじめ指定医療機関に確認の上、母子健康手帳と予診票を持参してください。なお、対象者で予診票を持っていない人には弘前市保健センターで配布しています。

#### 【子宮頸がん予防ワクチンの接種について】

子宮頸がん予防ワクチンの接種については、現在積極的に勧めていませんが、希望する場合は接種することができます。接種に当たっては、有効性とリスクを理解した上で接種してください。

最新の情報は市ホームページでご確認ください。

#### ▶こころの健康相談

本人や家族の心の悩みや、家族を自死で亡くした人の悩みについて、保健師が面接して相談に応じています（無料）。希望する人は事前に電話で申し込んでください。

#### ▽1月・2月の相談日

○弘前市保健センター会場（野田2丁目）＝1月5日・26日、2月2日・16日、午前9時～午後3時  
▽対象 市民

※「こころの病気」の治療をしていない人を優先します。現在治療している人は、まず主治医に相談を。

▽予約受付時間 午前8時半～午後5時（土・日曜日、祝日を除く）

## 健幸ひろさきマイレージ制度

### たか丸賞が決定しました！

～応募締め切りまで残り1カ月です～

応募し忘れていませんか？まだ間に合います！

●応募締め切り

1月31日（消印有効）

#### ●↓↓たか丸賞の“すてきな景品”が準備できました

健康グッズや地場産品など、さまざまな景品をそろえています。昨年中にがん検診を受診してまだ応募していない人は、この機会に応募してみませんか。多くの人の参加をお待ちしています。

#### ●50ポイント獲得した人には、参加賞としてかわいい「たか丸くんトートバッグ」をプレゼント!!

まだ応募していない人は忘れずにご応募ください。



#### からだいいきいきコース

- 低反発枕
- 血圧計
- 口腔ケアセット

#### くらしわくわくコース

- ふとんクリーナー
- 空気清浄器
- 津軽塗おわんセット
- たか丸くんグッズセット

今年も

### 健幸ひろさきマイレージ制度に参加しよう！

健幸ひろさきマイレージ制度は、「がん検診の受診」「健康診査の受診」「健康に関する教室やイベントへの参加」「市で設定した個人目標への取り組み」の4つの項目からポイントを獲得し、応募することで景品がもらえます。50ポイントで参加賞、さらに多くの健康づくりに取り組んで100ポイント以上獲得すると、抽選ですてきな景品（たか丸賞）が当たります。

▽対象 弘前市に住所を有し、平成27年3月31日の時点で40歳以上の人  
▽ポイント獲得期間 通年（ただし、応募した日からさかのぼって1年間に限ります）

▽応募締め切り 毎年1月31日（消印有効）

■問い合わせ先 健康づくり推進課（弘前市保健センター内、☎ 37・3750）

## 健康かるた ～子どものころから楽しく健康づくり～

市では、平均寿命・健康寿命のアップに向けて、「健康かるた」を作成し、市内の保育園・幼稚園・子育て支援センターに配布しています。数ある読み札の中から、皆さんにぜひお知らせしたいものを、4回に分けて紹介します。今号は3回目の紹介です。

■問い合わせ先 健康づくり推進課（野田2丁目、弘前市保健センター内、☎ 37・3750）



こまめに体を動かして体脂肪を減らしましょう。



笑いには免疫力アップやリラックス効果などがあります。まさに元気パワーいっぱいです！



感染症から身を守るために予防接種は大切です。忘れずに受けましょう。



野菜やきのこ、海藻には食物繊維やビタミンが含まれ、がんや高血圧などの生活習慣病を予防するだけでなく、骨や歯を丈夫にしたり便秘を予防するなどの働きがあります。

次回はどんなかるたかな？  
お楽しみに！



読者の  
ひろば今月のテーマ  
「初夢」

読者のひろばは皆さんから寄せられたハガキなどでつくるページです。

## 初夢にける正夢！

夢には「正夢」という言い伝えがある。疑念を持つ人がいても不思議ではない。なぜならば、本人しか知らないことであり（私は2度経験有

り）、他人には理解しにくいし事前の証明もできない。

そこで、テーマである「初夢」ですが、古希に近づく年齢になってもまだ見たこともない。ただその時期になると妄想を抱き、平凡かもしれないが“宝くじ”を枕の下に置いて眠ると一攫千金が叶う迷信を欲望し、“初夢を正夢”にと願うも残念の繰り返し。正夢は、今の世相で私ばかりでしょうか！！（P.N. 柿夢さん）

## 新春を迎えて

新年おめでとうございます。新年を迎えて生気がみなぎり、みるものが新鮮に感じます。昨年は震災、水害と悲しい年でした。今年は善き年になって欲しいと願っています。

私は怠け心を自分自身で叱咤激励

することもなく、のんびり過ごしていましたが「学ぶ者には老いなし」という言葉に、稽古ごとを始めました。以前とは路が違って、なかなか難しいですが、一旦決めた限り一炊の夢にならぬよう継続して、「苦あれば楽あり」で目的に向かって学びたいと考えています。（岡田喜光さん）

## 初夢はどこに

寝ればすぐ夢を見る私。初夢も何度見た事やら。正夢と思うのは気のせいだし、夢とは架空のものだと私は思います。夢にかすかな希望を抱いても叶うわけでなし、99.9%がはかない夢で終わります。浅はかな考えですが、以前は夢に希望を託していた事もありました。誰もが1度は願ったことがあると思います。そ

う宝くじに当選するうれしさと喜びを…。夢でもいいからと思いませんでしたか。ですが、私はもうやめました。ほど遠い夢、現実にならない夢よりは、宝くじを買うお金があったなら、買ったつもりで、自分の通帳に入れる。これこそが確実なお金の使い道です。そしてお小遣いのないときに使います。お金を捨てる夢はやめました。（古山和子さん）

## 初夢は海外！

夢は海外旅行。70代に病気がドタドタとやって来た。大腸がんの手術後、「骨転移の疑いで要精検」といわれ、「じゃあその前に」と自然遺産がある中国の九寨溝（きゅうさいこう）へ。3年後「乳がんの疑いで精検」といわれ「その前に」とモ

ロッコへ。帰国後の検査でやっぱり乳がんで全摘出。

この後もいろいろと病気が出てくるので、体調が良いときはできるだけ旅行することが生きがいになった。しかし帰国後体調不良がち。「海外は無理」と医者。5冊目のパスポートは残5年。病気とうまく付き合いながら、夢に向かって体調管理するぞ！！（森岡さん）

ここからは、皆さんから寄せられたテーマ以外のお便りを紹介します。

## 思い出す花

何年か前の夏の日、友だちと山菜採りに行った日のこと、川岸から山の方へ入ったとき、薄暗い森林の中で白い小さな花を見つけました。導

かれるように近づいて見ると、なんて淋しそうに寄り添って咲いていた花。友だちに尋ねたら、銀竜草（別名、ゆうれい草）だと。帰るとき、あとを引かれる気持ちになり、季節になると思い出す花。あれから何年も今度こそ今度こそはと思っているうちに年月が過ぎ、今は心の中の花です。ときどき幻のように浮かんできます。また会いたい。夢となるのかな。（宮村孝子さん）

## 来月のテーマは

## 「受験」です。

…テーマにまつわるエピソードをお寄せください。身近で起こった出来事など、テーマ以外でも構いません。詳細は31ページをご覧ください。

Smile  
通信

## 1 月生まれ



あかいし まもる  
赤石 護 くん  
H26.1.28 生（早稲田3）



はたふく こころ  
旗福 心 ちゃん  
H26.1.7 生（堅田3）



つしま るあ  
對馬 瑠杏ちゃん  
H26.1.1 生（薬師堂）



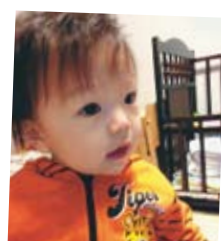
みかみ たいよう  
三上 大耀くん  
H26.1.28 生（中野）



かさい ひなた  
葛西 陽咲ちゃん  
H26.1.4 生（大久保）



たざわ しょうま  
田澤 樟真くん  
H26.1.17 生（大開2）



なかむら てっぺい  
中村 哲平くん  
H26.1.4 生（高田2）



しょうじ ゆきの  
小路 幸妃乃ちゃん  
H26.1.13 生（一番町）



ちば しょうま  
千葉 匠馬くん  
H26.1.4 生（田園4）



みかみ ゆい  
三上 結愛ちゃん  
H26.1.5 生（宮地）



こぼり けいこ  
小堀 慶悟くん  
H26.1.4 生（川合）



いなば ゆま  
稲葉 友麻ちゃん  
H26.1.18 生（新町）



さいとう はやと  
齋藤 勇人くん  
H26.1.20 生（桔梗野2）



なりた ふうすけ  
成田 楓祐くん  
H26.1.25 生（清原4）



くらうち なな  
倉内 菜愛ちゃん  
H26.1.28 生（高田5）



かわむら たすく  
川村 丞 くん  
H26.1.25 生（東和徳町）



まつおか ゆめ  
松岡 優芽ちゃん  
H26.1.6 生（石渡1）



こがわ まなと  
古川 愛士くん  
H26.1.13 生（賀田）

2 月生まれ  
写真募集中！

1歳の記念に写真を掲載してみませんか。

★対象 平成27年2月に1歳の誕生日を迎える市内在住の子

★掲載内容 子どもの写真・氏名（ふりがな）・生年月日・住所（町名まで）

★応募方法 ①子どもの写真1枚（プリント・データのどちらか）に、②子どもの氏名（ふりがな）・生年月日・性別、住所、保護者氏名、電話番号を

記入したものを添えて、1月9日（必着）までに、郵送、持参またはEメールでご応募ください。

★問い合わせ・応募先 広聴広報課（〒036-8551、上白銀町1の1、市役所3階、窓口308、☎35-1194、Eメール kouhou@city.hirosaki.lg.jp）



私の命はあなたの命より軽い  
近藤史恵著、講談社



夫が突如ドバイへ赴任することになったため、大阪の実家に戻った出産間近の遼子は、両親と妹の間に会話がなかったことに気がつく。やがて、家族を襲った出来事が明らかに…。『メフィスト』掲載を単行本化。

からだにいいお麴のレシピ帖  
牧野直子著、池田書店



お麴カツ、車麴クロックマダム、厚焼き麴玉子、ちくわ麴ラスク…。定番料理からカフェごはん、おつまみ、スイーツまで、低カロリー＆高たんぱくの日本の伝統食材・お麴を使ったレシピを紹介。

インデックス  
菅田哲也著、光文社



所轄に異動したことで、姫川玲子が扱う事件の幅は広がった。事件捜査の日々のなか、本部復帰のチャンスを掴んだ玲子。気になるのはあの頃の仲間うち誰を引っ張り上げられるのか。『小説宝石』掲載を単行本化。

## NEW BOOKS COMING UP

弘前図書館近着図書紹介

はじめての保育園  
保育園を考える親の会編、主婦と生活社



先輩ママの声と豊富なデータを集めた安心ガイド。いい保育園の選び方、急な残業のときの迎えなど、保育園にまつわるさまざまな疑問・不安に具体的に答える。「子ども・子育て支援新制度」に対応。

こぶたのぶーぶ  
西内ミナミ作、真島節子絵、福音館書店



散らかった家のそうじをはじめたぶーぶですが、棚からケチャップやマヨネーズが振りかかってきて…。『たいへんな大そうじ』など、林の中の一軒家に暮らすこぶたのぶーぶを描く全7編を収録。

### 弘前図書館 DATA

月曜日も開館しています

▽開館時間 平日…午前9時半～午後7時／土・日曜日、祝日…午前9時半～午後5時  
▽ところ 下白銀町（追手門広場内）  
▽休館日 毎月第3木曜日（祝日の場合は翌日に振替）、年末年始、蔵書点検期間  
※1月の休館日は1日～3日と15日です。  
☎32・3794



どしどし応募を！

## 2月1日号の投稿募集

◎読者のひろばお便りテーマ

### 「受験」

…受験での思い出や、受験生への思いなど、「受験」にまつわるエピソードをお寄せください。身近で起きた出来事など、テーマ以外でも構いません。

◎川柳のお題「風」

…お題から自由に発想して、一句ひねってみてください。

▼応募方法 次の事項を記入し、1月9日（必着）までに、郵送、持参、ファクスまたはEメールで応募を。

①住所・氏名・ペンネーム（希望者のみ）・電話番号

※氏名・ペンネームにはふりがなを。  
②お便りタイトル・エピソードなど（200字程度）または川柳（1人一句まで）

※なお、応募多数の場合は、採用されない場合もあります。

▼問い合わせ・応募先 広聴広報課（〒036・8551、上白銀町1の1、市役所3階、窓口308、☎35・1194、ファクス35・0080、Eメール kouhou@city.hirosaki.lg.jp）

### お詫びと訂正

広報ひろさき 12月1日号の31ページに掲載した「さらっと一句・川柳」の「今月のお題」に「足」とあるのは「今」の誤りでした。

お詫びして訂正します。

☎広聴広報課（☎35・1194）

### 編集後記

▶今号の特集「ステキな出会い、探しませんか」で掲載したかったことが…。とあるプロレスラーが試合後に観客に対し「愛してます」と叫びます。個人的にですが、すごく心に響きます。「愛」を口にするのは恥ずかしいと思いますが、「愛してます」と言ってみませんか。恋人、夫、妻、子ども、好きな人…。相手によるとと思いますが、心に響くかも…。（原）

# さらっと一句・川柳

今月のお題

「年」

選・広聴広報課

年輪を刻んで拝む初日の出  
年初め決意もあらた宮参り  
煽てられ年を聞かれて鯖をよむ  
年賀状なかなか切れぬ気の弱さ  
うっかりと言ってしまった今年こそ  
風を切り新券とびかうお年玉  
老いて尚夢を絶やさぬ初詣  
年過ぎ神社と呑み屋梯子する

藤代 藤子  
福士 長五郎  
格 和代  
稲見 則彦  
清藤 和賀子  
城子  
豊田 昭二  
長利 三窓

年新た祝う至福の箸二膳  
家族増え添え書き嬉し年賀状  
年月を重ねて増えたシワと友  
年始め炬燵を囲み夢談義  
年明けて女神ほほえむ津軽富士  
青年の眉目凛とし二度見する  
「まえ」と書き「さき」と読む地に住み1年  
来る年の先は見えぬが明日はあり  
年輪や太古の滴撫に生き  
つるし柿日に日に色増す年の暮れ  
さばを読むハードル年々高き増し  
今年こそ立てた願いもままならぬ  
鏡見る又一本の年輪が  
賀状には生きていますと自筆する  
年だとは思えど言われりや腹が立つ

豊田 巨  
工藤 京子  
長尾 美津子  
鎌田 テル  
一戸 一彦  
増尾 多恵子  
今日燦々  
長内 よう子  
村長  
ふっこ  
琵琶子  
米沢 恵子  
涼  
神 夢  
仁志 参

※川柳は、すべて応募者の表記にしたがっているため、一部当て字などで表記する場合があります。

食改さん  
おすすめ  
レシピ  
File.37

## お正月におすすめのレシピ さつま芋の茶巾しばり

さつま芋とりんごでお正月の1品にいかがでしょうか。  
今年も健康で良い年を過ごせますように。

弘前市食生活改善推進員会

材料（8個分）

さつま芋……………300g  
バター……………20g  
A 砂糖……………20g  
生クリーム……………20g  
（生クリームの代わりに牛乳でも可）  
りんご（混ぜ用）……………1/4個  
りんご（飾り用）……………1/8個

①さつま芋は1cm幅くらいの輪切りにし、皮を厚めにむいたら水にさらして、あく抜きをする。混ぜ用のりんごは、よく洗い皮ごと細かくうす切りにする。飾り用のりんごは、皮付きのうすくイチヨウ切りにしたものを8枚作り変色しないように、水にさらしておく。  
②なべにさつま芋とかぶるくらいの水を入れ、柔らかくなるまで煮る。（電子レンジの場合は、600Wで8～9分加熱する）湯を捨て、熱いうちにフォークまたはマッシャーで丁寧につぶし、Aの材料と混ぜ用りんごを加えよく混ぜる。  
③8等分し、ラップで包み茶巾型になるよう絞りながら丸める。  
飾り用りんごを上のにせて出来上がり。



■1人分の栄養価 エネルギー／93kcal、タンパク質／0.5g、脂質／3.2g、カルシウム／17g



弘前市民会館開館 50 周年記念



NHK のど自慢

## 出場者・観覧者募集

NHK青森放送局と弘前市では、「NHKのど自慢」を実施します。

▽とき 3月8日(日)、午前11時45分開演(午前11時開場)

▽ところ 市民会館(下白銀町)

▽放送日 3月8日(日)、午後0時15分～1時(総合テレビ・ラジオ第一・国際放送)

♪予選会♪

▽とき 3月7日(土)、午前11時45分～

▽結果発表 午後5時(予定)



前川清



長山洋子

## ●出場申し込み●

▽対象 15歳以上(中学生を除く)で、原則としてアマチュアの人

※大学生・高校生は職業の欄に部活動などを明記。

▽定員 250組(応募多数の場合は、選出の上、前日の予選会に出場していただきます)

▽申込方法 1月26日までに、往復はがきに必要事項を記入の上、〒030・8633、NHK青森放送局「のど自慢」出場係へ申し込みください(応募は1人1通、グループの場合は代表者が応募)。

【往信用裏面】郵便番号、住所、名前(ふりがな)、年齢、性別、職業(具体的に)、電話番号、歌う曲名と歌手名、選曲理由

※グループの場合は人数、全員の名前と年齢を明記。

【返信用表面】郵便番号、住所、名前(返信用裏面には何も書かないでください)

## ●観覧申し込み●

▽申込方法 1月26日までに、往復はがきに必要事項を記入の上、〒030・8633、NHK青森放送局「のど自慢」観覧係へ申し込みください。

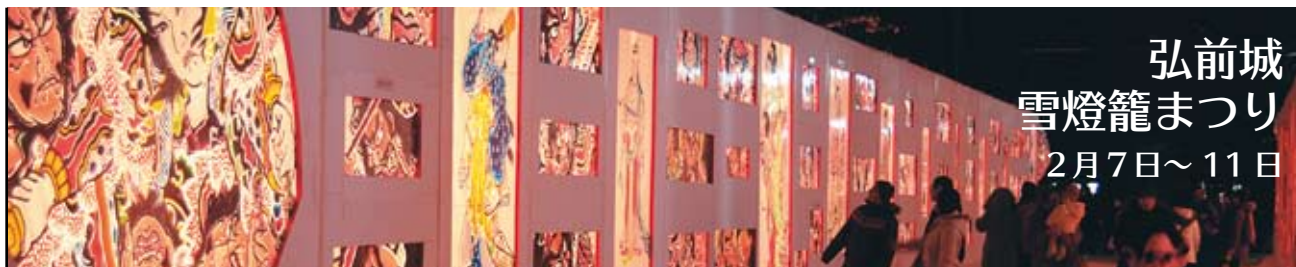
【往信用裏面】郵便番号、住所、名前、電話番号

【返信用表面】郵便番号、住所、名前(返信用裏面には何も書かないでください)

※はがき1枚につき2人入場可。応募多数の場合は抽選で入場整理券を送付します。1歳以上のお子さんから入場整理券が必要。

■問い合わせ先 文化スポーツ振興課(☎40・7015) / NHK青森放送局「のど自慢」係(☎青森017・774・5188 &lt;自動音声案内&gt;)

※ご応募の際にいただいた情報は、抽選または選出結果の連絡のほか、NHKの受信料のお願いに使用させていただきますことがあります。

弘前城  
雪燈籠まつり  
2月7日～11日

市民手作りのまつり「弘前城雪燈籠(どうろう)まつり」を、2月7日～11日の5日間、今年も弘前公園を会場に開催します。

※今年の大雪像は「青森銀行記念館」です。

## 【雪燈籠制作者を募集】

まつり運営委員会では、雪燈籠や雪像、ミニ雪像、雪だるまの制作者を募集しています。学校や職場の仲間、家族で制作してみませんか。

▽制作期間 1月30日～2月6日

▽参加条件 制作費・用具などは制作者が準備し、制作期間内に完

成させること

## ▽制作内容

①雪燈籠の制作者には、型枠、制作手引きを用意

②雪像の制作者は、主催者が設ける幅3m、高さ4mの雪柱を素材に制作

③ミニ雪像の制作者には、型枠を用意。高さ2mの雪像を制作

④雪だるまは高さ約1.5mのものを制作

※制作場所はまつり運営委員会が指定し、配置図を後日送付します。

■問い合わせ・申込先 1月9日までに、弘前城雪燈籠まつり運営委員会(市役所5階、観光政策課

内、☎35・1128)へ。

## 【雪の提供にご協力を】

まつりの雪像などを作るため、除排雪した雪が必要です。

▽搬入期間 1月16日～18日の午前9時～午後4時

▽搬入場所 弘前公園四の丸レクリエーション広場

▽注意 汚れていない雪をお持ちください。公園には「緑の相談所」側の入り口から入り、係員または看板の指示に従ってください。ただし、園内の雪の状況で、搬入をお断りする場合があります。

■問い合わせ先 観光政策課(☎35・1128)

広報ひろさきは環境にやさしい  
インキを使用しています。